guía

PARA PACIENTES Y FAMILIARES

Administración de heparinas de bajo peso molecular

LEO

Agradecimientos:

A los doctores José Mateo y Elena Pina, al personal de enfermería de la Unidad de Hemostasia y Trombosis del Hospital de la Santa Creu i Sant Pau y al Comité GENEVA por su colaboración en el proyecto.

Edita:

LEN/MAYO INTERNATIONAL

2.ª reimpresión diciembre 2013
©2013 Ilustraciones: Armand Gran
©2013 LEN/Mayo International
Aribau, 185-187 / 08021 Barcelona
Paseo de la Habana, 46 / 28036 Madrid

Dirección artística: Emili Sagóls
Preimpresión: M4 Autoedición Asociados, S.L.
Depósito legal: B.37.865-2011
Impreso en España-*Printed in Spain*

Reservados todos los derechos. No se puede reproducir ninguna parte de esta publicación, ni almacenarla en un sistema recuperable, ni transmitirla por ningún medio electrónico, mecánico, fotocopiado, en discos, ni de cualquier otra forma, sin la previa autorización escrita de los propietarios del *copyright*. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta publicación.

Este librito es de carácter divulgativo y, en todos los casos, siempre es el médico quien debe hacer las recomendaciones concretas y personalizadas para cada persona.

www.edicionesmayo.es

guía

PARA PACIENTES Y FAMILIARES

Administración de heparinas de bajo peso molecular

Su médico le ha prescrito un tratamiento con una heparina de bajo peso molecular como prevención o tratamiento de una trombosis venosa profunda. En esta guía de uso vamos a explicarles cómo debe administrarse este medicamento.

¿Para qué sirve este tratamiento?

Las heparinas de bajo peso molecular se usan para prevenir y tratar la trombosis (formación de coágulos de sangre o trombos en la sangre).

Cuando se forma un trombo en una vena, se produce lo que llamamos una **trombosis venosa profunda**.

Los síntomas más habituales de una trombosis venosa profunda en la pierna son el dolor, el enrojecimiento y la hinchazón.

Existe el peligro de que el coágulo se desprenda, se desplace por el sistema circulatorio y llegue al pulmón ocasionando una **embolia pulmonar**, que es una enfermedad grave.

¿Se puede prevenir la trombosis venosa profunda?

Hay situaciones donde la probabilidad de que se produzcan estos trombos es más alta: en pacientes inmovilizados o encamados durante mucho tiempo, después de intervenciones quirúrgicas, ante la existencia de tumores, con algunos medicamentos y, a veces, durante el embarazo y en las semanas posteriores.

Si usted se encuentra en alguna de estas situaciones, o si ya ha sufrido una trombosis venosa profunda anteriormente, el médico le prescribirá anticoagulantes para prevenir la formación de nuevos trombos.

Tratamiento con heparinas

Las heparinas son un tratamiento anticoagulante indicado para la prevención y el tratamiento de la trombosis. Se administran en forma de inyección subcutánea una o dos veces al día. No es habitual que provoquen efectos adversos y si éstos aparecen, suelen ser leves: irritación en la zona de la inyección o un pequeño hematoma. Apenas presentan interacciones con otros medicamentos y no interaccionan con los alimentos.

Su médico le indicará la duración del tratamiento con una heparina de bajo peso molecular.

No olvide indicar que está siguiendo un tratamiento anticoagulante siempre que:

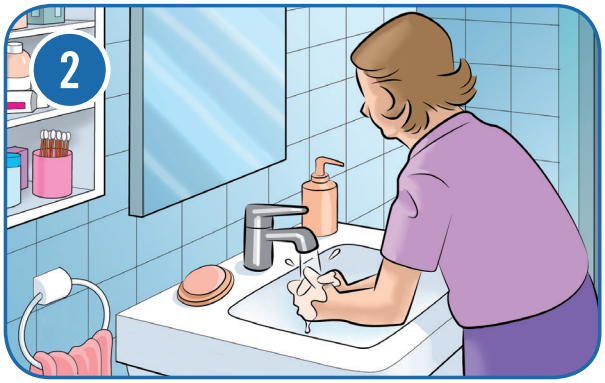
- **Le prescriban nuevos medicamentos.**
- **Acuda al dentista o al podólogo.**
- **Vayan a realizarle una operación quirúrgica o biopsia.**

Si le salen moratones o cardenales con facilidad, si una pequeña herida sangra más de 30 minutos o sangra abundantemente, debe llamar a su médico lo antes posible o acudir al hospital más cercano indicando que está en tratamiento anticoagulante.

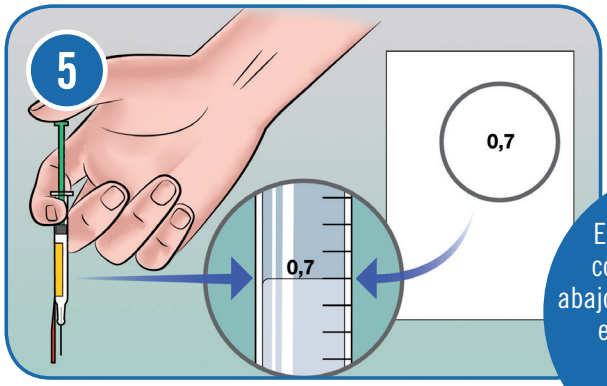
Cómo debe inyectarse la heparina

Su médico le ha prescrito heparina que deberá inyectarse durante un tiempo. Las instrucciones que leerá a continuación le ayudarán a administrarse el medicamento de forma correcta y sencilla, evitando el dolor y que aparezcan morados en la zona de la inyección.

¿Cómo debo administrarme la heparina?



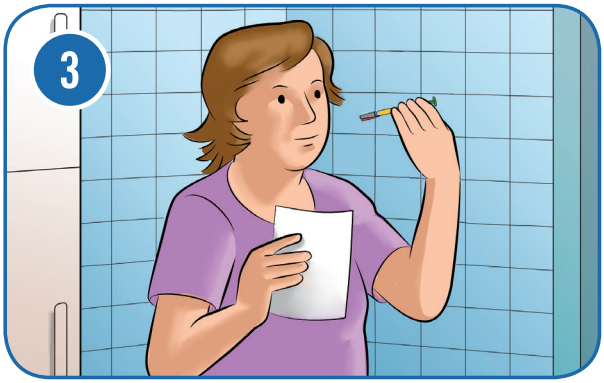
Lave sus manos cuidadosamente con agua y jabón y séquelas a continuación



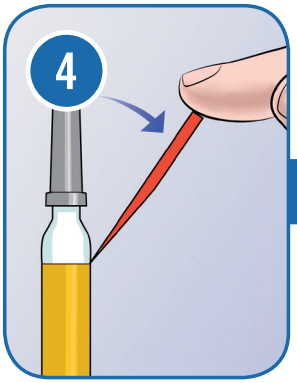
Si la dosis indicada por su médico es inferior a la de la jeringa, ajústela colocando la jeringa con la aguja hacia abajo y deseche el líquido necesario

Eliminar el líquido con la aguja hacia abajo evita que el líquido entre en contacto con el exterior de la aguja

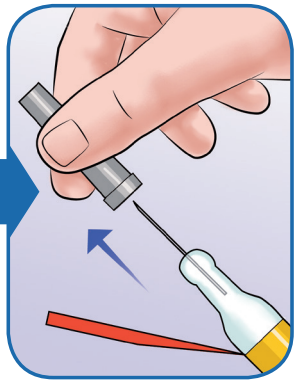
Tenga en cuenta que no todas las heparinas son equivalentes, por lo que deberá respetar las dosis y el modo de empleo específicos de cada una de ellas.



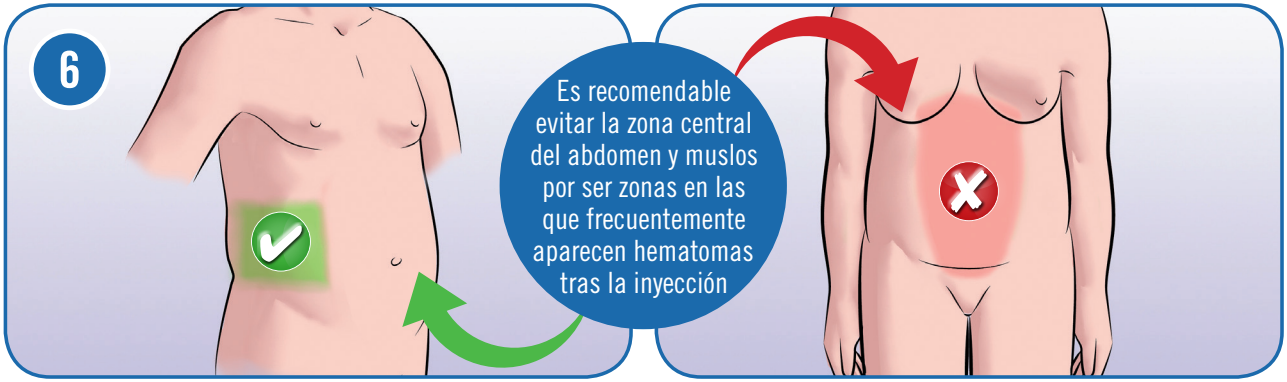
Compruebe que la dosis que hay en la jeringa es la prescrita por su médico. Compruebe también que la solución no presenta turbidez o precipitados



Retire hacia un lado el dispositivo de seguridad (lengüeta roja)

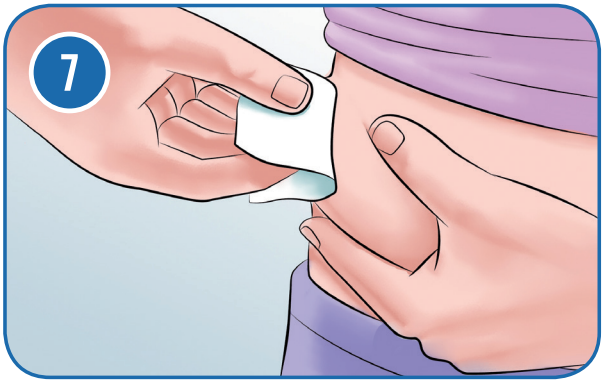


Quite el protector de la aguja

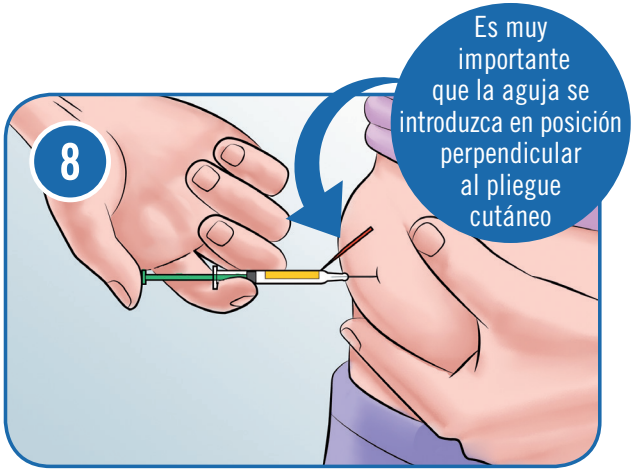

6
Es recomendable evitar la zona central del abdomen y muslos por ser zonas en las que frecuentemente aparecen hematomas tras la inyección

De pie o sentado, escoja la zona donde desea inyectarse, en el costado de la cintura abdominal o en su defecto en los muslos

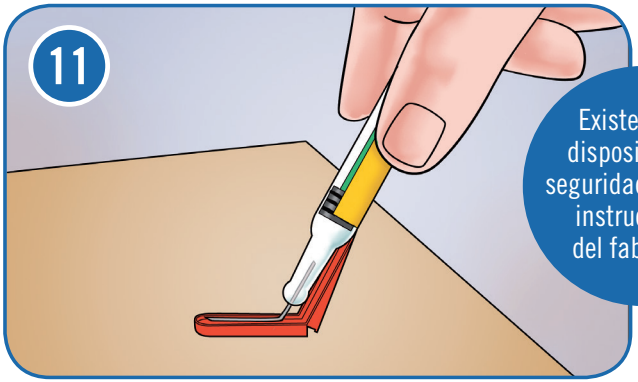
Cómo debe inyectarse la heparina



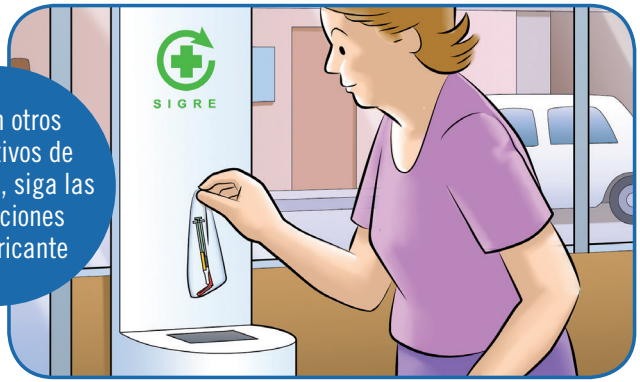
Desinfecte la zona elegida para la inyección con una gasa impregnada en alcohol



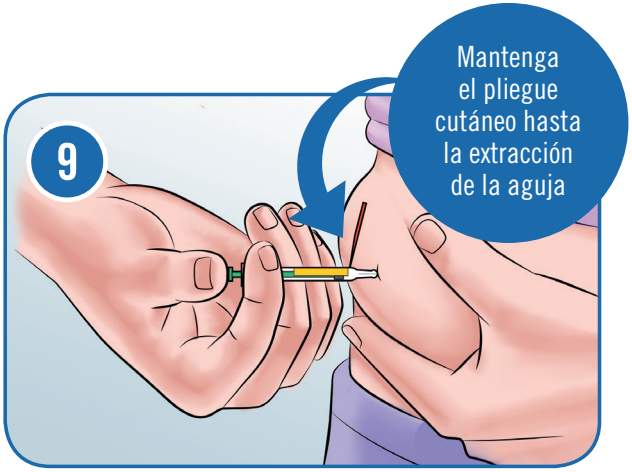
Sujete con una mano la jeringa con la aguja en posición perpendicular a la zona elegida. Con la otra mano forme un pliegue cutáneo e introduzca la aguja completamente



Antes de desechar la jeringa, presione la aguja contra la lengüeta roja hasta doblarla

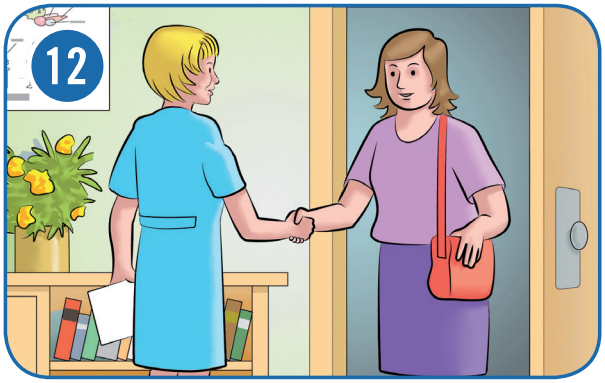


Deposite la jeringa usada en el punto SIGRE de su farmacia



Inyecte el contenido de la jeringa lentamente, presionando con suavidad el vástago del émbolo hasta el final

Retire la jeringa y a continuación con la mano plana presione firmemente sobre la zona unos minutos



No olvide consultar con su médico cualquier duda que pueda surgirle

Recomendaciones generales

Para la correcta administración de la heparina

Posición para pinchar	Sentado o de pie	Acostado
Desechar la jeringa	Deposítela en un contenedor adecuado (punto SIGRE de su farmacia)	Tírela a la basura

Minimizar los hematomas

Zonas para el pinchazo	Se recomiendan las zonas en las que haya grasa, preferentemente en el costado de la cintura abdominal	En la zona central del abdomen y los muslos o en zonas sin demasiada «chicha»
Introducción de la aguja	Introduzca la aguja de forma perpendicular al pliegue cutáneo	Hágalo de la forma como le resulte más cómodo
Inyección	Inyecte la heparina de forma lenta	Inyecte el líquido rápidamente
Después de la inyección	Después de retirar la aguja, presione con la palma de la mano abierta firmemente	Frote o masajee la zona después de la inyección

Para la vida diaria

Seguir un tratamiento de anticoagulación no le obliga a cambiar su estilo de vida. Sin embargo, hay una serie de recomendaciones que debería tener en cuenta tanto para disminuir el riesgo de trombosis como, en general, para mantener un buen estado de salud:

- Mantenga una buena higiene bucal.
- Procure no andar descalzo, para evitar golpes y heridas.
- Si se levanta por la noche, encienda la luz para evitar tropezar con algo.
- Puede tener una vida sexual plena, pero evite las prácticas de riesgo.
- Coma de todo. Siga una dieta equilibrada y procure no ganar peso: el sobrepeso es un factor de riesgo de trombosis.
- Puede tomar vino en las comidas, pero descarte las bebidas alcohólicas de alta graduación.
- Evite el tabaco. El tabaco afecta al sistema circulatorio aumentando el riesgo de trombosis (además de otras enfermedades).
- Haga ejercicio. Caminar y nadar son ejercicios muy recomendables. Evite los deportes violentos o de contacto. Una vida sedentaria aumenta el riesgo de trombosis y de otras enfermedades cardiovasculares.

Consulte rápidamente a su médico o acuda a un hospital si…

- Tiene heridas pequeñas que sangran más de lo habitual o durante más de 30 min.
- Orina con sangre.
- Depone heces con sangre o muy negras y pestilentes.
- Le sangran mucho las encías.
- Le sangra mucho la nariz y durante un tiempo prolongado.
- Tiene reglas mucho más abundantes de lo habitual.
- Presenta hematomas múltiples.

LEO® Marca registrada de LEO Pharmaceutical Products utilizada bajo licencia por Laboratorio LEO Pharma S.A. Barcelona.
LEO®. Todas las marcas registradas de LEO mencionadas pertenecen a LEO

H3INFOL142-Diciembre 2013